

病院だより



西伊豆健育会病院 2025年度第8号



寒暖差にご注意ください！

秋が深まり、朝晩はひんやりと感じる季節になりました。

この時期は、日中との気温差が大きくなり、体に負担がかかりやすくなります。

特に血圧の変動には注意が必要です。



寒暖差と血圧の関係

寒暖差は血圧を急激に変動させ、高血圧や脳卒中、心筋梗塞などのリスクを高めます。寒さで血管が収縮して血圧が上昇する一方、急に体を温めると血圧が急降下し、特にヒートショックを引き起こしやすいため注意が必要です。

「朝の冷え込み」「お風呂に入る前後の温度差」「屋内外の出入り」には注意しましょう。



こんなときは受診をお勧めします

- ・いつもより血圧が高い（または低い）状態が続く
- ・頭痛やめまい、息切れ、むくみなどの症状がある
- ・体調に不安を感じる

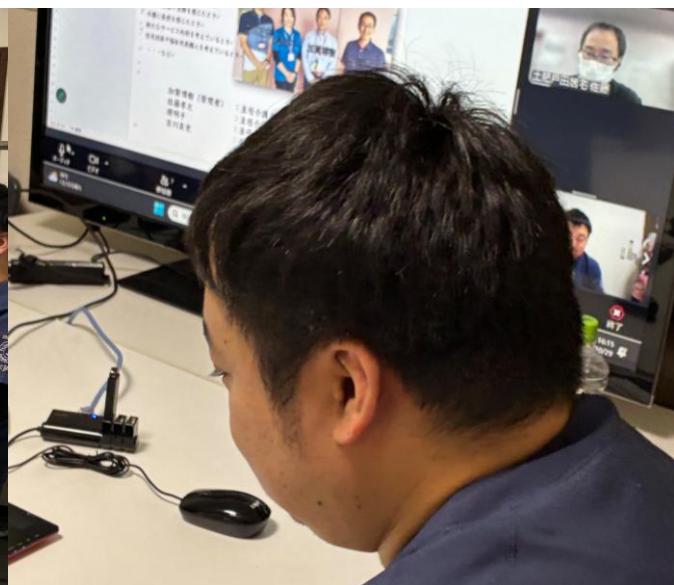
「これくらい大丈夫かな…」と思っても、早めの受診や相談が安心への近道です。



**不安なことがあれば、どうぞお気軽に
ご相談ください。**



在宅医療懇談会を開催しました



地域のケアマネジャーの皆さんを対象に、現地とZoomを併用したハイブリッド形式で在宅医療懇談会を開催しました。

今回は、土肥・西伊豆・松崎の3地区から13名のケアマネジャーの方々にご参加いただきました。

講師は、10月より勤務を開始した吉田晋一郎医師が務め、自己紹介と家庭医療についての説明しました。その後、参加されたケアマネジャーの皆さんにも自己紹介をしていただき、和やかな雰囲気の中で交流を深めることができました。

次回の在宅医療懇談会は、来年1月に開催を予定しています。



11月は4名の医師が研修を行います。

順天堂大学医学部附属静岡病院
沼津市立病院
静岡済生会総合病院
静岡市立静岡病院

田中 千裕 医師
濱田 幸典 医師
高畠 英一郎 医師
柳沢 玲奈 医師

問い合わせ先

西伊豆健育会病院 代表番号：☎0558-52-2366
医療連携室：☎0558-52-2626